

**SZZV**

Postfach  
Schützenstrasse 10  
CH-3052 Zollikofen  
Tél. +41 (0)31 388 61 11  
Fax +41 (0)31 388 61 12  
info@szzv.ch  
www.szzv.ch  
www.capranet.ch  
www.schweizer-gitzi.ch

**FSEC**

Case postale  
Schützenstrasse 10  
CH-3052 Zollikofen  
Tél. +41 (0)31 388 61 11  
Fax +41 (0)31 388 61 12  
info@szzv.ch  
www.szzv.ch  
www.capranet.ch  
www.cabri-suisse.ch



## Concours de recettes FSEC

Les produits caprins peuvent être utilisés de nombreuses manières. Malheureusement, la grande variété des recettes dans lesquelles entrent des produits caprins est encore passablement méconnue. C'est pourquoi la Fédération suisse d'élevage caprin FSEC a décidé de collecter des recettes dont les plus convaincantes seront sélectionnées pour être publiées gratuitement sur ses sites Web ([www.cabri-suidssde.ch](http://www.cabri-suidssde.ch) et [www.szzv.ch](http://www.szzv.ch)), à l'intention des consommateurs.



Avez-vous une recette préférée contenant des produits caprins ou connaissez-vous une recette à base de fromage de chèvre, de viande de cabri ou d'un autre produit caprin, transmise par vos parents, vos grands-parents ou par un oncle, une tante? Si oui, participez à notre concours et envoyez-nous votre recette à base de produits caprins.

### Voici comment participer au concours:

- Envoyez-nous votre recette préférée jusqu'au 30 mai 2019 au plus tard. Important, veuillez présenter la recette comme suit:
  - Description selon l'exemple annexé, sans oublier d'indiquer:
    - le nom du plat
    - le nombre de personnes pour lequel la recette est calculée
    - les quantités, p. ex. 1 gigot de cabri ou 300 g de viande émincée
  - 1-2 photos du plat prêt à servir
  - vos coordonnées (nom, prénom, rue, NPA, lieu, téléphone et e-mail)
- Dans le courant du mois de juin, un jury examinera toutes les recettes et sélectionnera 6 à 10 recettes parmi les plus originales et les plus prometteuses. (Le nombre variera en fonction du nombre de participants)
- Les recettes sélectionnées seront publiées, ensuite le public pourra voter pour désigner les trois recettes gagnantes, du 01.08. au 15.08. Les trois recettes qui totaliseront le plus grand nombre de voix gagneront.

### Prix du concours:

1er – 3e prix: un bon LANDI d'une valeur de CHF 200.-

4e – 5e prix: un bon d'une valeur de CHF 46.- pour une garniture de plage au look edelweiss, du LID

6e – 10e prix: un bon d'une valeur de CHF 18.- pour un drap de bain du LID

### Contact:

Envoyez votre recette avec les indications précitées

- par e-mail à [info@szzv.ch](mailto:info@szzv.ch) ou
- par poste à FSEC, Concours recettes, Schützenstrasse 10, 3052 Zollikofen.

### Dernier délai d'envoi:

Envoyez-nous votre recette jusqu'au 30 mai 2019 au plus tard. La date du sceau postal fera foi.

### Conditions de participation:

Chaque recette envoyée participera automatiquement au concours. Les collaborateurs de la FSEC et les personnes qui travaillent bénévolement dans des organes tels que le comité, les groupes de travail et les groupes de projets sont exclus de toute participation à ce concours. Les gagnants seront informés par écrit. En prenant part au concours, le participant/la participante accepte la publication officielle de la recette, à la suite du concours. Aucune correspondance ne sera échangée. Les prix ne pourront être ni échangés ni convertis en espèces. Tout recours par voie juridique est exclu. Il n'y a aucune obligation d'achat. Le concours a lieu du 01.01.19. au 30.05.19.

**SZZV**

Postfach  
Schützenstrasse 10  
CH-3052 Zollikofen  
Tél. +41 (0)31 388 61 11  
Fax +41 (0)31 388 61 12  
info@szzv.ch  
www.szzv.ch  
www.capranet.ch  
www.schweizer-gitzi.ch

**FSEC**

Case postale  
Schützenstrasse 10  
CH-3052 Zollikofen  
Tél. +41 (0)31 388 61 11  
Fax +41 (0)31 388 61 12  
info@szzv.ch  
www.szzv.ch  
www.capranet.ch  
www.schweizer-gitzi.ch



S Z Z V  
F S E C  
F S A C

# Exemple de recette

## *Côtelettes de cabri au jambon cru et au thym*

pour 4 personnes

**Ingrédients**

4 x 3 doubles côtelettes de cabri  
6 g tranches de jambon cru partagées en deux  
thym frais  
sel, huile d'olive

**Confit d'oignons**

10 g huile d'olive  
10 g beurre  
200 g oignons hachés  
4 dl vin rouge  
sel, poivre de Cayenne, feuille de laurier  
20 g vinaigre de vin rouge  
20 g sucre

**Accompagnement**

Risotto

**Préparation**

Saler les côtelettes ajouter le thym et les envelopper de jambon cru; les faire rôtir à feu doux et les poser sur une grille.

**Préparation du confit d'oignons**

Faire suer les oignons hachés dans l'huile d'olive/le beurre, déglacer au vin rouge et ajouter tout le vin, saler, ajouter le poivre de Cayenne et la feuille de laurier, et laisser réduire lentement à feu doux jusqu'à ce qu'il ne reste plus de liquide,

Ajouter le vinaigre et le sucre, rectifier l'assaisonnement.

**Astuce:**

*On peut conserver du confit d'oignons dans des petits pots à confiture, au réfrigérateur.*

**Dressage**

Mélanger le risotto avec le confit d'oignons (quantité selon les goûts) et garnir l'assiette, dresser la côtelette sur le risotto.